



**ACCU-CHEK®**

# IL COUNTING DEI CARBOIDRATI e L'EDUCAZIONE ALIMENTARE NEI PAZIENTI CON DIABETE TIPO 1 e 2

**3 – 10 – 17 – 24 Settembre 2019 e 1 Ottobre 2019**

Casa Sollievo della Sofferenza - Reparto di Pediatria – San Giovanni Rotondo (Fg)

**Responsabile scientifico: Dott.ri Michele Carmine Sacco e Irene Rutigliano**

**Dietista: Dott.ssa Michelina Vescera**

Il corso avrà una durata di 5 settimane (corso intensivo). Gli incontri avranno una frequenza settimanale (5 incontri in totale della durata di circa 2 ore ciascuno). Al corso è prevista la partecipazione di circa 10-15 max pazienti affetti da Diabete Mellito tipo 1 e 2 in trattamento insulinico intensivo (CSII o MDI) ed in terapia orale.

## **Obiettivo generale**

Migliorare le conoscenze e le abilità pratiche nel campo dell'alimentazione della persona con diabete in terapia insulinica intensiva e/o in terapia orale.

## **Obiettivi specifici**

Ottenere che ciascun partecipante al corso:

- sappia definire il contenuto in carboidrati di ciascun alimento
  - comprenda l'importanza della quota di carboidrati di un pasto
  - sia capace di calcolare la quota di carboidrati di un pasto
  - sia capace di variare i cibi del pasto mantenendo fissa la quota dei carboidrati oppure sia capace di variare le unità di insulina in base alla variazione della quota di CHO introdotta con il pasto
  - conosca il significato del rapporto insulina/CHO e sappia applicarlo
  - conosca il contenuto dei macronutrienti nei singoli alimenti e sappia gestire adeguatamente l'alimentazione al fine di mantenere e/o perdere peso.
- I lavori si svolgeranno con l'alternanza di lezioni teoriche e prove pratiche con lavori per piccoli gruppi.

## **Programma**

### **1° incontro – 3 Settembre 2019 - ore 15.30-17.30**

- La Terapia Medico-Nutrizionale nel Diabete mellito.
- Gli effetti dei Carboidrati sulla glicemia
- Come partecipano gli altri nutrienti all'innalzamento della glicemia
- Compenso metabolico (target terapeutici secondo ADA-SID)
- Cosa vuol dire e perché utilizzare il counting dei carboidrati
- Gioco educativo di gruppo: "so cosa mangio?" (gioco educativo per la comprensione della composizione degli alimenti) e "Alla ricerca dei Carboidrati"
- Il Diario Alimentare, come compilarlo ed utilizzarlo nel Counting dei Carboidrati

### **2° incontro – 10 Settembre 2019 - ore 15.30 – 17.30**

- I nutrienti calorici nella dieta del soggetto con diabete
- I carboidrati, dove si trovano ed in che quantità
- Gli strumenti del Counting: bilancia, posate, bicchieri
- Tabella di Composizione degli Alimenti (INRAN) ed Etichette nutrizionali
- Gioco educativo di gruppo: "Conto i Carboidrati"

### **3° incontro – 17 Settembre 2019 - ore 15.30-17.30**

- Individuazione del tipo di pasto abituale, mediante lettura del diario alimentare, e traduzione nell'equivalente in grammi di carboidrati.

- Spiegazione del concetto di FATTORE DI SENSIBILITA' INSULINICA (ISF)
- Esercitazioni sul calcolo dei carboidrati nei pasti
- Esercitazioni sul Fattore di Sensibilità Insulinica

### **4° incontro 24 Settembre 2019 - ore 15.30-17.30**

- Spiegazione del concetto del RAPPORTO INSULINA/CARBOIDRATI (ICR)
- Esercitazioni sul Rapporto Insulina Carboidrati
- Ipoglicemia: cos'è e come trattarla
- Alcol
- Edulcoranti

### **5° incontro 1 Ottobre 2019 - ore 15.30-17.30**

- Il percorso della conta dei Carboidrati: presupposti del CHO counting, obiettivi, vantaggi e svantaggi, compenso metabolico, fattore di sensibilità insulinica (ISF), rapporto insulina carboidrati (ICR)
- Gioco educativo di gruppo: "A tavola con il Counting dei carboidrati"

Presso: **Casa Sollievo della Sofferenza**  
**Reparto di Pediatria**  
San Giovanni Rotondo (FG)

**Segreteria Organizzativa e Provider (n. 432)**

**e20**  
convegni  
e20convegni s.r.l.

Trani (BT): Via Tasselgardo, 68 - 76125  
Tel: 0883.954886 - Fax: 0883.954388

Bari: Via M. Troisi, 7/B - 70126

Web: [www.e20convegni.it](http://www.e20convegni.it) - Mail: [info@e20convegni.it](mailto:info@e20convegni.it)

